

Krooninen virtsarakon seinämän tulehdus eli interstitiaalinen kystiitti

Interstitiaalinen kystiitti on krooninen virtsarakon sairaus, jonka oireet kehittyvät hitaasti, pahentuen vähitellen vuosien kuluessa. Oireet ovat virtsaamispakko, tiheävirtsaus ja virtsarakon ja lantion alueen kivut, jotka pahenevat virtsarakon täyttyessä. Virtsarakon tilavuus on pienentynyt, minkä vuoksi rakon tyhjennystarve on lisääntynyt. Oireena voi tulla pakottava virtsaamistarve tiheästi ympäri vuorokauden eli kutistusrakko-oireyhtymä. Sairauden toteamiseksi tehdään virtsarakon tähystys, jossa nähdään limakalvomuutoksia. Sairaus on harvinainen, mutta oletettua yleisempi. Valtaosa sairastuneista on naisia. Parantavaa hoitoa ei ole, mutta oireita lievitetään erilaisten lääkkeiden ja hoitomuotojen avulla.

Itsehoito

Erilaisten ulkoisten ärsykkeiden vaikutus oireisiin ja niiden pahenemiseen on yksilöllistä. Oireita pahentavia ärsykejä saattavat olla monet ravintoaineet (esim. alkoholi, mausteet, kahvi, hiilihapolliset juomat, tomaatti, suklaa), kylmä ja tupakointi.

Lääkehoito

Lääkehoitona käytetään mm. kipulääkkeitä. Riittävän kivunlievityksen löydettyä on mahdollista yrittää vähentää virtsaamiskertoja suunnitelmallisen rakkokoulutuksen avulla.

Virtsarakon venytys

Virtsarakon venytyksessä virtsarakkoon ruiskutetaan nestettä, joka venyttää virtsarakon seinämiä. Tämän tarkoituksena on mahdollistaa suuremman virtsamäärän mahtumista kerralla rakkoon. Toimenpide tehdään leikkaussalissa. Rakkovenytys voidaan toistaa useamman kerran aina oireiden palatessa. Oireet helpottavat yksilöllisesti muutamasta kuukaudesta jopa vuoteen.

Virtsarakon lääkehuuhtelu

Virtsarakon lääkehuuhtelua käytetään virtsarakon ärsytysoireiden lievittämiseen. Lääkeaine laitetaan virtsarakkoon ohuen katetrin avulla. Aluksi huuhteluita annetaan viikoittain ja tämän jälkeen kerran kuukaudessa. Hoito mukautetaan sen perusteella, miten oireet kehittyvät.

Lääkepistokset

Virtsarakkolihakseen voidaan ruiskuttaa pistoksina lääkettä, joka vähentää lantion alueen lihasjännitystä ja lievittää kipua. Toimenpide tehdään leikkaussalissa.

Leikkaushoito

Leikkaushoitoa harkitaan hoidoksi vasta sen jälkeen, kun mikään muu hoitomuoto ei ole tuottanut riittävää vastetta ja kutistusrakko-oireisto on kehittynyt.